

Ementa da Creche Janeiro



Dia		Sopa	Prato	Sobremesa
2	5ª FEIRA	Creme de curgete	Frango desfiado com arroz e salada de alface e tomate	Puré de fruta da época
3	6ª FEIRA	Creme de couve coração	Pescada cozida com batata e feijão-verde e ovo	Puré de fruta da época
6	2ª FEIRA	Sopa de cenoura e nabo	Vitela picada com arroz e cenoura	Puré de fruta da época
7	3ª FEIRA	Sopa de couve coração	Salada de bacalhau fresco (badejo) com batata e legumes4	Puré de fruta da época
8	4ª FEIRA	Creme de abóbora	Arroz de borrego com cenoura	Puré de fruta da época
9	5ª FEIRA	Creme de curgete	Frango desfiado com arroz e salada de alface	Puré de fruta da época
10	6ª FEIRA	Sopa de nabiças	Salada de pescada com batata e feijão verde	Puré de fruta da época
13	2ª FEIRA	Creme de couve-flor	Picadinho de vitela com arroz e legumes	Puré de fruta da época
14	3ª FEIRA	Creme de abóbora	Pescada lascada com batata e macedónia	Puré de fruta da época
15	4ª FEIRA	Creme de legumes	Bife de frango com puré e cenoura	Puré de fruta da época
16	5ª FEIRA	Creme de alface e cenoura	Borrego com massa e salada	Puré de fruta da época
27	6ª FEIRA	Sopa de couve coração	Arroz de pescada com macedónia	Puré de fruta da época
20	2ª FEIRA	Creme de curgete	Massa com vitela e cenoura1	Puré de fruta da época
21	3ª FEIRA	Creme de cenoura e alho-francês	Arroz de bacalhau fresco (badejo) com macedónia	Puré de fruta da época
22	4ª FEIRA	Creme de legumes	Borrego estufado com massinha e salada	Puré de fruta da época
23	5ª FEIRA	Creme de abóbora	Arroz de peru e brócolos	Puré de fruta da época
24	6ª FEIRA	Sopa de feijão-verde	Salada de pescada com batata e ovo	Puré de fruta da época
27	2ª FEIRA	Creme de espinafres	Esparguete à bolonhesa com salada	Puré de fruta da época
28	3ª FEIRA	Sopa de cenoura	Arroz de peixe	Puré de fruta da época
29	4ª FEIRA	Creme de alface	Frango estufado com massinha e legumes	Puré de fruta da época
30	5ª FEIRA	Creme de legumes	Lascas de peru com arroz	Puré de fruta da época
31	6ª FEIRA	Juliana	Bacalhau fresco (badejo) com batata, cenoura e ovo ralado3	Puré de fruta da época

As dietas só são servidas mediante prescrição médica ou no próprio dia, por pedido dos pais até às 09:30.
Todos os pratos são acompanhados de legumes e/ou saladas variados.